

## アドラー心理学の基本前提（4） 認知論

野田俊作\*

\* 神戸家庭裁判所医務室（当時）

### 要旨

キーワード：

### はじめに

アドラー心理学は人間の主観的な意味づけを重視します。「人間は（主観的に）意味づけられた世界に住んでいる。われわれはありのままの環境を体験するのではなく、常に人間にとっての重要性に応じて環境を（意味づけてから）体験する。……人間であるかぎり、意味づけから逃れることはできない。われわれはわれわれの与えた意味づけを通してのみ現実を体験するのであって、現実そのものではなく、何らかの形で解釈された現実を体験するのである」<sup>(1)</sup>とアドラーは述べています。このような立場を『認知論』または『現象学』といいます。

認知論または現象学は『主観主義』とも呼ばれます。これは『客観主義』と対立する概念です。客観主義というのは、人間の客観的な状況のほうを主観的な精神世界よりも重視する立場で、心理学では行動主義が客観主義の代表です。フロイト心理学も、少なくとも古典的な精神分析理論については、客観主義の心理学に分類されます。アドラー心理学の基本前提のうちで、もっとも重要なものはこの認知論であると思います。認知論または現象学と呼ばれるこの立場は、20世紀の精神医学・心理学、さらには人間科学全体の大きな流れであり、アドラー心理学はまさにその中央に位置するもっとも典型的な認知論的人間科学の理論体系であると思うからです。すなわち、アドラー心理学の全人間科学の中での位置づけは、認知論を介しておこなわれるべきであると思うのです。以下、まず、アドラー心理学の位置づけを探るべく、認知論的な人間科学の歴史と現状を見ておいて、つぎに、その中でのアドラー心理学の特異性を考察してみようと思います。

### 1. 認知論的人間科学の歴史と現状

#### 人間学の誕生

19世紀から20世紀にかけては、まさに自然科学の全盛時代で、（自然）科学的なものはすなわち善であり、非（自然）科学的なものは悪である、と考えることが当然のことのようになっていきます。しかし、この自然科学絶対主義には、はたして真の合理的根拠があるのでしょうか？ ひょっとすると、かつて中世ヨーロッパで、キリスト教的なものはすなわち真であり善、非キリス

ト教的なものすなわち偽であり悪、と信じられていたのと同じように、自然科学万能主義もひとつの信仰、もっと極端な言いかたをすると、ひとつの迷信にすぎないのではないか？ そういう疑念はすでに 19 世紀の後半からありました。その疑念を今日につながる形で問題提起したのは、前世紀末のドイツの哲学者ヴィルヘルム・ディルタイで、彼はこのことについて、「自然は（自然科学的に）説明され、精神は（人間学的に）了解される」と述べています。すなわち、人間精神の本質は、自然科学の手の届く範囲外にあって、自然科学ではない別の方法によってしか、それを知ることはできない、と彼は言うのです。ディルタイのこの言葉こそが、現在につながる『人間学』の独立宣言でありました。

## 了解心理学

ディルタイのこの考えかたは、さっそく精神医学に取り入れられました。カール・ヤスパースは、ディルタイの哲学にもとづいて、病者の精神を『了解』しようとしていました。それ以前の精神医学が、ひたすら自然科学的に病気を『説明』しようとしていたのから見ると、これは革命的な大転換でした。まず、病気ではなく病者が視野の中心になったのです。「それはどんな病気であるか」ではなく、「その人はどんな人か」を問う精神医学がこのとき誕生したのです。しかし、ヤスパースの仕事は、理念は立派だったのですが、実地臨床では必ずしも成功したとは言えません。彼は、精神分裂病者の精神生活は、われわれにはどうしても了解できない、すなわち『了解不能』である、と考えてしまったのです。彼はこう言います。「ある人の態度や生活のしかたを、その人の歴史や状況から発生的に了解しようとたどってゆくと、精神分裂病の精神生活では、患者自身には了解不能でなく、十分理由があり、少しも妙だとは思われていないのに、われわれには了解できないようなものが出てくるのである。なぜある患者は夜中に歌を歌いだすのか、なぜ自殺を企てるのか、なぜ家族の者にそんなに腹をたてるのか、なぜ、たとえば、鍵がテーブルの上にあると怒るのか、こういうことは、患者自身はごくあたりまえのことと思っているのだが、われわれには了解できない。」<sup>(2)</sup> 彼はこの了解不能性を精神分裂病者の特徴と考えてしまったのです。彼の時代には、精神分裂病者の精神を了解できるほどの強力な道具だては、まだ用意されていなかったのです。

## ドイツ現象学哲学

人間学的な『了解』の具体的な方法を用意したのは、今世紀初頭のドイツの哲学者エドムンド・フッサールです。彼は自分の方法を『現象学』と呼びました。これ以後、人間学と現象学とは、切っても切れない間がらになったのです。フッサールの現象学を、ごくかいつまんで説明しますと、『現象』（それが外界の事物であれ、精神内界の出来事であれ）を了解するためには、まずすべての先入観を取り除かなければならない、と彼は主張します。この『先入観』の中には、当然、自然科学も含まれています。すべての「判断を中止」して、「すべての学問のスイッチを切り」、そうしたうえで物を見なければならぬ、と言うのです。

フッサールの方法を発展させた哲学者がマルティン・ハイデガーです。フッサールは、主として『自分自身』の現象学的分析に重点を置いたのに対して、ハイデガーは、現象学的に見えてくる世界や運命や他者と自分との『かかわり』に重点を置いたと言えます。

## ドイツ人間学的精神医学

さて、フッサールやハイデガーの現象学は、そのまま精神医学に取り入れるには不十分な点がありました。人間学的精神医学の歴史は、皮肉にも、終生人間学的な立場に立つことのなかったひとりの偉人の助けを待って、はじめて発展することができたのです。その人とはジグムント

・フロイトです。フロイトの方法は、まったく自然科学的でした。しかし、その方法は、人間学的精神医学者たちが批判的に取り入れて利用できるものでした。フロイト自身はあまり意識しなかったかもしれませんが、彼の方法は、ある側面では、まさに病者を了解しようとするものだったのです。

アドラーのことは後に述べるとして、フッサールやハイデガーの哲学的現象学とフロイトの精神分析学の両方を意識し、それらをひとつのものに総合しようとしたのが、スイスの精神科医ルードヴィヒ・ビンスヴァンガーです。彼は、それまで『了解不能』だと片づけられていた精神分裂病者の世界を、丹念に現象学的に了解しようとしています。彼と彼の後継者ともいえるメダルト・ボスの数々の症例報告は、病者を了解することのひとつのありかたを美しく示してくれます。

これ以後にも、フランスのユージヌ・ミンコウスキー、ドイツのユルク・ツットとその後継者C・クーレンカンプフ、あるいはアメリカのロロ・メイなど、現象学を導入して人間学的精神医学を組み立てようとした人々は枚挙にいとまがありません。

### アメリカ人間学的心理学

以上は主にヨーロッパでの人間学的精神医学の流れですが、アメリカでは、これとはある程度独立に、人間学的心理学というひとつの流れがあります。これはドイツの現象学的な精神医学ほど鋭い哲学的問題意識に裏打ちされたものではありませんし、また非常に雑多な考えかたを含むものなのですが、「動物とは違う人間の精神の在りかたを見つめよう」という点ではその内部の各派の間で、またドイツ人間学とも、共通しています。

カール・ロジャースはまずその筆頭にあげられるべき人物です。他にも中核的人物としては、アブラハム・マズローやゴードン・オルポート、先程述べたロロ・メイなどがいます。また、その周辺にいる人物としては、新フロイト主義のハリー・スタック・サリヴァンやカレン・ホーナインやエーリッヒ・フロム、心理劇のジェイコブ・モレノ、行動主義から移ったO・ホバート・マウラー、交流分析のエリック・バーン、ゲシュタルト療法のフリッツ・パールズ、論理療法のアルバート・エリスやアロン・ベックなどなど、まことに多士済々です。

アメリカ心理学のこの流れは、フロイトの精神分析学派、ワトソンやスキナーの行動主義学派と対比して、まとめて第3勢力と呼ばれています。

### アメリカ認知論

アメリカでは主観を重視する立場を、現象学とは言わず、認知論と呼ぶことのほうが普通です。第3勢力のすべてが認知論的であるわけではありません。たとえば、ロジャース心理学は認知論的ではありません。しかし、アメリカ人間学派の大勢は認知論です。

これは実はアドラーの功績なのです。認知療法家ハロルド・ワーナーは、アメリカの認知論的心理学の歴史について述べるなかで、「1911年ごろウィーンで、アルフレッド・アドラーとジグムント・フロイトが、他年にわたる協力関係に終止符を打って、袂を分かった時が、認知論の真の出発の日であったと言ってよい」<sup>(3)</sup>と書いています。また、アメリカ人間学派の創始者たちの多くが生前のアドラーに会って大きな影響を受けています。たとえば、アブラハム・マズローがそうですし、著名な行動主義者であったO. H. マウラーが人間学に鞍替えしたのは、アドラーに出会ったことが大きな要因であったと言われています。

ちなみに、アドラー心理学は、アメリカでは第3勢力のひとつに分類されています。それはそれでよいのですが、その出自からみても、また理論の内容からみても、アドラー心理学は、ドイツ人間学的精神医学により近いと言うべきです。

## 2 アドラー認知論の特異性

### アドラー心理学とドイツ現象学

アドラーは深くディルタイの影響を受けていましたので、当然ディルタイの言う『了解』の真の意味を知っていました。これは彼のはじめての一般向けの著書である『人間知 Menschenkenntnis』の英訳版が出版される時、彼自身が『人間の本性の了解 Understanding Human Nature』という題名を選んだことでもわかります。また彼の理論の基本前提である『目的論』や『全体論』などもすべて、『原因論』や『要素論』にもとづく自然科学とは相入れません。彼は常に、人間精神を理解するには、自然科学的方法はほとんど役に立たないと考えていました。

アドラーがフッサールやハイデガーの著作を読んだ形跡はありませんし、また彼自身が『現象学』ということばを使ったこともありません。しかし、彼の理論はあきらかに現象学的です。アドラーは常に、患者を理解するには先入観を持つてはいけなくと強調し、「病者の目で見、病者の耳で聴けるようにならなくてははいけなく<sup>(4)</sup>」と書いています。

アドラーの理論は現象学的ではありますが、しかし彼の現象学は、フッサールやハイデガーのそれとは少し異なっています。まず第1に、アドラーは、人間は一切の先入観なしに物を見ることはできなくと書いています。これは、フッサールの言う『判断中止』は不可能だ、ということです。アドラーは、「人間は周囲の状況をありのままに感受するのではない。自分なりに認知の構図にしたがって感受するのである。これは、言い換えると、人間は自分の関心という先入観を通してしか状況を感じないということである」<sup>(5)</sup>と述べています。カウンセラーといえどもこの例外ではありません。アドラーが排そうとしたカウンセラーの先入観、それはカウンセラー自身の利害にもとづく先入観、たとえば、そのクライアントが好きだとか嫌いだとか、金持ちだからどうだとか貧乏だからどうだとか、そういったたぐいのことなのであって、フッサールのように「すべての学問のスイッチを切れ」とは書いていませんし、またそれは不可能だし現実的でないと考えているのです。

### 推量

そこで、第2に、アドラー特有の了解の方法が出てきます。それは『推量』という方法です。まず、先に述べたように、相手の目で見、相手の耳で聴けるまでに、相手に共感しようと努めます。つぎに、直感力を働かせて、相手の精神におこっていることを推量して当ててみるのです。推量したものの中には、当たっているものもありませんし、はずれているものもありません。とにかく、できるだけさまざまな可能性を考えだして、つぎに、それが相手の全体像に矛盾なくあてはまるかどうかを考えます。こうして、ちょうどジグソーパズルを完成するように、相手の精神内界を再構成するのです。「推量という方法を使ってはじめて、他者の表現運動の背後にあるもの、すなわち個人の運動の法則であるライフスタイルを見てとることができるようになるのである」<sup>(6)</sup>とアドラーは書いています。つまり、虚心になって相手を見たところで、見えるものは表面的な動きだけであって、その背後にある相手の精神の法則性を見破るためには、推量という方法で一旦仮説的な先入観を故意に作りあげ、その上でその妥当性を検討してゆくという手続きがどうしても必要だ、とアドラーは考えたのです。この手続きの美しい実例は、たとえば本誌に連載中の彼の数々のケースセミナーに見られます。

先入観を完全に取り除くことはできなくという認識に立った上で、意識的に先入観を操作してゆこうというのが推量という方法です。フッサールもハイデガーも、それを引き継いだドイツの現象学的精神医学も、このような方法を知りませんでした。アドラー心理学の目から見ると、この点がたいへん気にかかります。たとえば、ビンスヴァンガーたちの症例分析を読んでいると、

彼はあきらかにある種の先入観を持っているのです。しかも、その先入観は意識的に操作されてはいないので、時にそのために病者を了解しそこなっているように思えます。彼らの症例記述は実に見事で、それをそのまま使ってアドラー心理学的に再解釈することができるのですが（これはフロイトの症例報告では絶対にできないことです）、そうすると違った了解のしかたになってしまうことがままあるものです。彼らとわれわれと、どちらの解釈が正しいとは言えませんが、少なくとも違った了解のしかたができるということは、ドイツ現象学派の正しさに疑いをいだかせる材料にはなります。もっとも、これは、返す刀で、アドラー現象学の正しさを疑わせる材料にもなるのですが。

### プラグマティズム

ここでドイツ現象学とアドラー現象学の第3の相違点があきらかになります。フッサールは、彼の現象学を、自然科学と対立する、もうひとつの科学であると考えていました。アドラーは、これに対して、自分の理論を科学だとは考えていません。アドラー心理学によれば、自然科学も現象学も、すべてが先入観の体系であり、人間のものの見かたであって、それらを用いて得られた結果は、ひとつの意見であり解釈であって、事実ないし真理ではないのです。よって立つ理論の枠組に応じて、世界は違って見えてきます。どの見かたが正しく、どの見かたが誤っているとは言えないのです。ただ言えるのは、ある見かたはある目的には適しているがある目的には適していないということがある、ということです。物理学は古池に飛び込むカエルの運動を記述し説明するには適しているが、その風景の美しさを観賞するには役に立たないのです。アドラー心理学の特徴は、ピンスヴァンガーの分析法が正しいかアドラーの分析法が正しいかを理念的に争うのではなくて、どちらの分析が治療により役立つかに分析の正当性の判断基準をおくところにあります。アドラー心理学は徹底したプラグマティズムに立つ実学なのです。これはドイツ現象学派との大きな違いです。ドイツ現象学派の欠点のひとつは、事例の了解には力を注ぐが、治療を比較的軽視することです。

### アドラー心理学とアメリカ認知論

アルバート・エリスなどのアメリカ認知論とアドラー心理学とを比較して、一番違うところは、アドラー心理学はライフスタイルという形で、認知の全構造を体系的にとらえようとするところです。

1960年ごろを境に、アメリカの心理療法は、全人格の改善を治療の目標とする方向から、行動の修正を目標とする方向へ、大きく方向転換をしました。アメリカ認知論は、ちょうどこの時代に形をとったものが多いので、人格全体を扱うことを初めから断念して、個々の不適応行動のもとになっている認知の修正だけをめざすのが普通です。そのため、認知構造をとらえるといっても、不適応行動と関係する意味づけの部分だけを了解してこと足れりとしします。

アドラー心理学はこの転換期よりも前に完成した心理学ですから、全人格の改善をいつも治療目標に据えます。そのために、認知構造の全体像を、不適応行動と関係があろうがなかろうが、一旦は了解しておこうとします。

### 目的論的認知論

ライフスタイルを個人の認知構造の全体として位置づけたのは、アドラーの孫弟子のハロルド・モザックです<sup>(7)</sup>。彼は、「個人の『信念体系』の全体」としてライフスタイルを定義し、便宜的にこれを『自己概念』『世界像』『自己理想』の3つの部分に分けました。これは、『自己・世界認知』としてライフスタイルを定義したということです。これだけのことならドイツ現象学派も

アメリカ認知論心理学もやっていることで、そうめずらしいものではありません。彼の功績が画期的なのは、『自己・世界認知』を『現状認知』だけではなくて、『目標認知』をも含むものとして、しかも、そのふたつの間には乖離があり常に緊張をはらむものとして、目的論の立場を加味してとらえたところにあります。これはアドラー心理学にしかない考えかたです。ライフスタイルをこのようにとらえることで、それは他の現象学ないし認知論にもとづく精神医学ないし心理学が、自己・世界認知を静的な現状認知としてだけしかとらえられなかったのとは異なって、静的な認知構造の理解が、ただちに動的な人生の運動の法則の理解に翻訳できるようになったのです。

### 統覚バイアス

アドラー心理学の認知構造と言うとき、それは認知された主観的世界そのものを言うのではなくて、認知のしかたの構造を言っているのです。その個人特有の意味づけの癖、物の見かたのかたより具合、自己・世界解釈の枠組、などと言えいいでしょうか。

これはそのままアドラーの言う『統覚バイアス』です。統覚というのはやや古い心理学用語ですので、今では『認知バイアス』と言うこともあります。ライフスタイルとは統覚バイアスの体系だと言ってもかまいません。すべてのものは、一旦統覚バイアスというフルイにかけられてから、はじめて意識的に認知されるのです。

この統覚バイアスについておもしろいのは、現在の外界の出来事だけではなくて、過去の記憶もまた統覚バイアスを通してしか意識されないという考えかたです。これはアドラー心理学独特の考えかたです。早期回想が診断的な意義をもっているのは、過去の記憶にたいしても統覚バイアスが働いて、現在の認知構造を反映するものしか意識に昇らないからで、意識にのぼる記憶を調べれば、そこから統覚バイアス、すなわちライフスタイルの構造が推量できるからです、

### 文献

- (1) Adler, A. *What Life Should Mean to You?* Putnam 版 p.3, 春秋社和訳版『人生の意味の心理学』p.2.
- (2) ヤスパーズ, K. (西丸四方訳)『精神病理学原論』(みすず書房), p.120.
- (3) Werner, H. D. *Cognitive Therapy*. The Free Press, New York, 1982. p.13.
- (4) Adler, A. *What Life Should Mean to You?* Putnam 版 p.72, 春秋社和訳版『人の意味の心理学』p.83, IPAA p.14.
- (5) Adler, A. *The Science of Living*. Doubleday 版 p.4, ミネルヴァ和訳版『子どものおいたちと心のなりたち』p.7, IPAA p.189.
- (6) Adler, A. *Der Sinn der Lebens*. Fischer 版 p.33, Putnam 英訳版 p.33, IPAA p.329.
- (7) Mosak, H. H. *The Psychological Attitude in Rehabilitation*. in *On Purpose*, Alfred Adler Institute of Chicago, 1977.pp.52-54.

### 更新履歴

2012年6月1日 アドレリアン掲載号より転載